

กำหนดการโครงการปฏิบัติธรรมพัฒนาจิตเฉลิมพระเกียรติ

12 สิงหาคม ราชินี และสมเด็จพระโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร เนื่องในโอกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 5 รอบ
ระหว่างวันที่ 11-13 กรกฎาคม 2555

ณ วัดพระแก้วคอนเ้าสุชาคาราม อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง

วัน/เวลา	รายการปฏิบัติงาน	ผู้รับผิดชอบ	หมายเหตุ
11 กรกฎาคม 2555			
07.30 น.	-รายงานตัว ลงทะเบียน		
08.00 น.	-เดินทางไปสถานที่ปฏิบัติธรรม เข้าที่พัก		
08.30 น.	-พิธีเปิดโครงการ		
09.00 น.	-สมาทานศีล 5 ธรรมบรรยาย		
10.00 น.	-ปฏิบัติธรรมตามฐานธรรมะ		
10.45 น.	-พักดื่มน้ำปานะ		
11.00 น.	-ธรรมบรรยาย ปฏิบัติธรรม		
12.00 น.	-รับประทานอาหารกลางวัน		
13.00 น.	-ปฏิบัติธรรมตามฐานธรรมะ		
14.30 น.	-พักดื่มน้ำปานะ		
14.45 น.	-ธรรมบรรยาย ปฏิบัติธรรม		
16.30 น.	-พักดื่มน้ำปานะ ทำภาระกิจส่วนตัว		
17.00 น.	-รับประทานอาหารเย็น		
18.00 น.	-สวดมนต์ทำวัตรเย็น		
20.00 น.	-ปฏิบัติธรรม, นั่งสมาธิ, กฎแห่งกรรม, ธรรมความจริงแห่งชีวิต		
	-พักผ่อน ดื่มโอวัลติน, น้ำปานะ		
22.00 น.	-เข้านอน		
12 กรกฎาคม 2555			
05.30 น.	-สวดมนต์ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ ขยับกายสบายชีวิ		
06.30 น.	-ภาระกิจส่วนตัว รับประทานอาหารเช้า		
08.30 น.	-ธรรมบรรยาย ปฏิบัติธรรม		
10.30 น.	-พักดื่มน้ำปานะ		
10.45 น.	-ธรรมบรรยาย ปฏิบัติธรรม		
12.00 น.	-รับประทานอาหารกลางวัน		
13.00 น.	-ปฏิบัติธรรมตามฐานธรรมะ		
14.30 น.	-พักดื่มน้ำปานะ		
14.45 น.	-ธรรมบรรยาย ปฏิบัติธรรม		
16.30 น.	-พักดื่มน้ำปานะ ทำภาระกิจส่วนตัว		
17.00 น.	-รับประทานอาหารเย็น		
18.00 น.	-สวดมนต์ทำวัตรเย็น		
20.00 น.	-ปฏิบัติธรรม, นั่งสมาธิ, กฎแห่งกรรม, ธรรมความจริงแห่งชีวิต		
	-พักผ่อน ดื่มโอวัลติน, น้ำปานะ		
22.00 น.	-เข้านอน		

กำหนดการโครงการปฏิบัติธรรมพัฒนาจิตเฉลิมพระเกียรติ

12 สิงหาคม 2555 และสมเด็จพระโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร เนื่องในโอกาสสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 5 รอบ
ระหว่างวันที่ 11-13 กรกฎาคม 2555

ณ วัดพระแก้วดอนเต้าสุชาดาราม อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง

วัน/เวลา	รายการปฏิบัติงาน	รายการเตรียมของ	ผู้รับผิดชอบ
13 กรกฎาคม 2555			
05.30 น.	-สวดมนต์ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ ขยับกายสบายชีวี		
06.30 น.	-ภารกิจส่วนตัว รับประทานอาหารเช้า		
08.30 น.	-ธรรมบรรยาย ปฏิบัติธรรม		
10.30 น.	-พักรับประทานอาหารว่างและน้ำดื่ม		
10.45 น.	-ธรรมบรรยาย ปฏิบัติธรรม		
11.00 น.	-ประกอบพิธีถวายสังฆทาน, พิธีปิด		
11.30 น.	-เดินทางกลับ		

- หมายเหตุ** -กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
-ห้ามนักเรียนนำสิ่งของที่มีค่าติดตัวมาปฏิบัติธรรม หากเกิดการสูญหายวิทยาลัยฯ จะไม่รับผิดชอบ
- การแต่งกาย** 1. เสื้อขาว, กางเกงวอร์ม 2. ชุดกีฬา ออกกำลังกาย
- สัมภาระ** 1. ของใช้ส่วนตัว 2. ยารักษาโรคประจำตัว